



МАДОУ «Золотой ключик»
Директор

Утверждаю:
Н.Г. Гурьянова
«18» декабря 2025г.



МЕНЮ

«19» декабря 2025 год

Средняя группа дошкольного возраста

с 4 до 5 лет

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, грамм	Калорийность, Ккал.
I Завтрак		
Пюре из гороха	150	254,97
Яйцо вареное	1	62,84
Бутерброд с маслом и повидлом	20/4/10	101,70
Напиток из шиповника	200	68,37
II Завтрак		
Сок фруктовый	100	43,30
Обед		
Огурцы соленые	15	1,50
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	124,53
Голубцы ленивые	150	341,69
Соус томатный	30	49,12
Компот из сухофруктов	200	52,85
Хлеб ржаной	15	29,22
Ужин		
Ватрушка ленивая	40	116,75
Каша «Дружба»	200	186,83
Кефир с сахаром	200	152,35

Итого калорийность: 1586,02 Ккал.